

Nieuwsbrief

# Primair onderwijs


**GEZONDE SCHOOL**


In deze Gezonde School-nieuwsbrief extra aandacht voor mentaal welbevinden. Van 22 t/m 28 mei 2023 is het European Mental Health week. We geven onder andere tips om zelf aan de slag te gaan met het thema Welbevinden en voorbeelden ter inspiratie uit de praktijk.



Welbevinden

## European Mental Health Week

### Inspiratieverhaal



#### Werken aan welbevinden veel werk?

"Welbevinden in een school krijg je niet zomaar. Daar moet je iets voor doen", weet Janette Kuipers, directeur van OBS De Hasselbraam in Heerhugowaard. Maar inmiddels zit Gezonde School zo verweven in het dna van deze school, dat het ook weinig 'extra' werk met zich meebrengt. Het is echt een langetermijninvestering; Jeannette ervaart in vergelijking met vijf jaar geleden echt een beter pedagogisch klimaat. "En de kinderen ook, zo blijkt uit de analyses van de halfjaarlijkse vragenlijsten. Vooral op het gebied van sociale veiligheid hebben we een flinke winst behaald".

[Lees het praktijkverhaal](#)

SO



#### Denk je dat een ander dat leuk vindt?

Mia de Weijer staat al 21 jaar voor de klas op de Koningin Julianaschool (KJS) in Culemborg. In dit praktijkverhaal vertelt zij over de Gezonde School-activiteit 'De Vreedzame School'. Scholen kunnen met deze methode werken aan het welbevinden van leerlingen. De gouden regel van de school is: 'Wat ik zeg en doe is ook leuk voor de ander'. Daar kun je bijna alle situaties op betrekken."

[Lees het praktijkverhaal](#)

### Effectief werken aan welbevinden in het primair onderwijs

Leerlingen die met plezier naar school gaan en vol zelfvertrouwen in de klas zitten. Dat is wat elke onderwijsprofessional het liefst ziet. In de praktijk blijkt ook vaak: pas wanneer leerlingen zich veilig voelen en lekker in hun vel zitten, zijn ze in staat om te leren. Aandacht besteden aan het sociaal-emotioneel welbevinden van leerlingen is dus belangrijk. Hoe krijg je dat voor elkaar?

[Werken aan welbevinden in het po](#)
[Werken aan welbevinden in het so](#)

### Tips, tools en inspiratie



#### Discussiekaarten: Wat vind jij?

Wil je leerlingen laten meedenken en het gesprek met ze aan gaan over welbevinden? Leg dan eens een stelling over dit thema uit de discussiekaarten van Gezonde School aan hen voor. Bijvoorbeeld: "Ik vind dat iedereen zichzelf moet kunnen zijn op school." Zó maak je mentaal welbevinden op school bespreekbaar. De discussiekaarten zijn er voor het po en so, met stellingen over alle Gezonde School-thema's.

[Download de discussiekaarten](#)


#### Luistertip!

Hoe belangrijk zijn kunst en cultuur voor het mentale welzijn van leerlingen? En wat kunnen onderwijsprofessionals op dit gebied doen? Je hoort het in deze aflevering van Gezonde School de Podcast:

[Luister de Podcast](#)


#### Leestip!

Kijken waar het licht zit! Schoolpsychologen Hanneke Visser en Laura Stroo delen hun visie op werken aan (mentaal) welbevinden op school: 'We kijken vooral naar wat er al goed gaat en proberen dat te versterken.'

[Lees het artikel](#)

### 8 tips voor een beter welbevinden van leraren

Werk je met leerlingen, dan heeft jouw welbevinden invloed op hún welbevinden. Als het met jou niet goed gaat, is het lastiger om het welbevinden van leerlingen te bevorderen. Eerst jezelf helpen, dus! Met deze acht tips kun je jouw welbevinden verbeteren – en daarmee ook het welbevinden van collega's en leerlingen.

[Lees de tips!](#)

### Nieuws



#### Brede aandacht voor mentale gezondheid op school tijdens speciale week

Het kabinet roept scholen op om aandacht te besteden aan mentale gezondheid tijdens de European Mental Health Week van 22 tot en met 28 mei. Tijdens deze themaweek organiseren scholen, maar ook jeugdverenigingen, gemeenten en werkgevers activiteiten gericht op het versterken van onze mentale gezondheid. Op ['Mentale Gezondheid: van ons allemaal'](#) vind je een overzicht hiervan. Gezonde School biedt scholen stappenplannen en andere praktische handvatten om aan mentale gezondheid te werken.

[Lees meer](#)


© Gillian van Twist

#### Recordaantal leerlingen bij Koningsspelen maakt kennis met gezond ontbijt en bewegingsactiviteiten

Maar liefst 1,3 miljoen leerlingen hebben dit jaar meegedaan met de Koningsspelen. De spelen werden dit jaar in Deventer geopend door koning Willem-Alexander. Op 21 april mochten 850 basisschoolleerlingen samen met koning Willem-Alexander ontbijten. Na het feestelijke Koningsontbijt gaf de koning met tien leerlingen – in het kader van tien jaar koningschap – de aftrap voor het sportieve gedeelte en bezocht hij een aantal sportactiviteiten.

[Lees meer](#)


#### Webinar over relaties en seksualiteit

Op woensdag 14 juni kunnen onderwijsprofessionals de webinar Aandacht voor relaties en seksualiteit: waar te beginnen? volgen. De webinar is gericht op professionals in het po en so. Deelnemers krijgen tips over het vormgeven van het thema Relaties en seksualiteit met de Gezonde School-aanpak.

[Informatie en aanmelden](#)

### Agenda

mei

#### Toekenning stimuleringsregelingen

In mei krijgen scholen bericht of er stimuleringsregelingen zijn toegekend aan hun school(locatie).

22-28 mei

#### European Mental Health Week

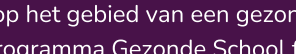
Het kabinet roept scholen op om aandacht te besteden aan mentale gezondheid tijdens de European Mental Health Week, die loopt van 22 tot en met 28 mei. [Lees meer](#)

14 juni

#### Webinar over relaties en seksualiteit

Op woensdag 14 juni van 15:30-17:00 webinar: Aandacht voor relaties en seksualiteit: waar te beginnen. [Schrijf je in!](#)

Er zijn drie Gezonde School-nieuwsbrieven; een nieuwsbrief voor het po/so, voor het vo/vso en voor het mbo. Je kunt zelf aangeven welke nieuwsbrief je wilt blijven ontvangen. [Hier](#) kun je jouw voorkeuren aanpassen.


**GEZONDE SCHOOL**


Neem contact op:

[info@gezondeschool.nl](mailto:info@gezondeschool.nl) | [www.gezondeschool.nl](http://www.gezondeschool.nl)

Het programma Gezonde School is een unieke samenwerking tussen de PO-Raad, VO-raad en MBO Raad, het RIVM en GGD GHOR Nederland. Binnen het programma is sprake van een nauwe samenwerking met onder meer de GGD'en, thema-instituten, vakverenigingen en maatschappelijke organisaties op het gebied van een gezonde leefstijl. De ministeries van VWS, OCW, SZW en LNV maken het programma Gezonde School financieel mogelijk.

Wil je wijzigen hoe je deze e-mails ontvangt? [Update je voorkeuren](#) of [meld je af](#) van deze lijst.